

μηνύματα

Τριμηνιαία Έκδοση / Έτος 8^ο



ΕΛΤΑ
Hellenic Post

Κωδικός 6296

Δελτίο Επικοινωνίας του Σ.Ο.Ψ.Υ. • Τεύχος 28
Ιανουάριος - Φεβρουάριος - Μάρτιος - 2007

ΧΡΙΣΤΟΣ ΑΝΕΣΤΗ



Το έργο του εξώφυλλου είναι δημιουργία του Αλέξανδρου

μηνύματα

ΠΕΡΙΟΔΙΚΗ ΕΚΔΟΣΗ



Ιδιοκτησία Διεύθυνση:

Σ.Ο.Ψ.Υ.

Πανελλήνιος Σύλλογος Οικογενειών
για την Ψυχική Υγεία

Δήλου 3, Βύρωνας, 162 31

Τηλ./Fax: 210-76 40 277

www.eufami.gr

www.iatronet.gr/sopsi

e-mail:sopsi@ath.forthnet.gr

ΩΡΕΣ ΛΕΙΤΟΥΡΓΙΑΣ ΓΡΑΦΕΙΟΥ:

Δευτέρα: 9:00-3:00 π.μ.

5:00-7:00 μ.μ.

Τρίτη: 9:00-3:00 π.μ.

5:00-7:00 μ.μ.

Τετάρτη: 1:00-8:00 μ.μ.

Πέμπτη: 9:00-3:00 μ.μ.

Παρασκευή: 9:00-3:00 μ.μ.

Εκδότης/Διευθυντής:

Πέτρος Ανδρόνικος
Δήλου 3, Βύρωνας, 162 31
Τηλ./Fax: 210-76 40 277

Συντακτική Επιτροπή:

Π. Ανδρόνικος
Α. Ασκούνη-Στρούμπου
Χ. Γραμανδάνη
Μ. Κανελλή-Παπανικολάου

Επιστημονική Επιτροπή:

Μαρίνα Οικονόμου
Ψυχίατρος, Επ. Καθηγήτρια Παν/μίου Αθηνών
Γιώργος Παπαδημητρίου
Ψυχίατρος, Αν. Καθηγητής Παν/μίου Αθηνών
Δημήτρης Κολοστούμπης
Ψυχίατρος

Επιμέλεια Ύλης:

Μ. Κανελλή-Παπανικολάου

Διορθώσεις:

Χ. Ανδρόνικου - Ρ. Κυρίτση
Μ. Χαρίτων

Υπεύθυνος Σχεδίασης & Παραγωγής:

EDILYS A.E.E.

Εμπορικό Κέντρο «ΑΙΘΡΙΟ»,
Αγ. Κωνσταντίνου 40, 151 24, Μαρούσι
τηλ. 210-6195994, e-mail edilys@acn.gr
Σελήδοποιηση: Άρης Δερμάνης

ΔΙΑΝΕΜΕΤΑΙ ΔΩΡΕΑΝ

Τα ενυπόγραφα άρθρα
εκφράζουν προσωπικές απόψεις

EDITORIAL

Προς Ενεργά και ΜΗ μέλη του Συλλόγου

Αγαπητοί Φίλοι και Φίλες

Αγαπητοί Αγωνιστές της ζωής και της χαράς των παιδιών μας

Δυστυχώς ακόμη η κοινωνία δεν είναι ενημερωμένη και υπάρχουν το στίγμα και οι διακρίσεις σε όλους τους τομείς της κοινωνικής ζωής, όπως στην απασχόληση, στις κοινωνικές σχέσεις. Είναι γεγονός ότι σε πολλούς γίνεται δύσκολη ακόμη και η επιβίωση, παρά τις Μεγάλες προσπάθειες του Συλλόγου μας και του Ερευνητικού Πανεπιστημιακού Ινστιτούτου Ψυχικής Υγιεινής, του γνωστού μας ΕΠΙΨΥ.

Οι προσπάθειές μας στηρίζονται στο καταστατικό μας, αλλά κυρίως στη δύναμη της ενότητας και της παρουσίας μας σε όλους τους τομείς της κοινωνίας.

Σας ενημερώνουμε για μερικά μόνο από τα θέματα που μας απασχολούν:

- Η αλληλεγγύη υποστήριξη των μελών
- Η οργάνωση δραστηριοτήτων προαγωγής της Ψυχικής Υγείας
- Τα εγκαίνια στις 23-2-07 ΞΕΝΩΝΑ για μοναχικά άστεγα μέλη μας που η οικογένειά τους αντιμετωπίζει σοβαρά προβλήματα – και του ΚΕΝΤΡΟΥ ΗΜΕΡΑΣ για δημιουργική αξιοποίηση του ελεύθερου χρόνου τους.
- Η συνεργασία με διεθνείς και ημεδαπούς φορείς, όπως η Παγκόσμια Οργάνωση Υγείας, EUFAMI, NAMI, MIND, κ.λ.π.
- Οι ενέργειες και προσπάθειες για την Αλληλαγή του ορίου ηλικίας απεριόριστα και, όχι στο 18ο έτος εμφάνισης της νόσου για λήψη ποσοστού Σύνταξης γονέων.

Όλα αυτά και πάρα πολλά άλλα τα συζητούμε ομαδικά, ακούμε γνώμες και ενωμένοι και οι 300 του Λεωνίδα, αγωνιζόμαστε για τα δίκαια αιτήματα των ασθενών μας. Σε αυτό το σημείο σας υπενθυμίζουμε ότι:

- Για την εγγραφή μέλους στο Σύλλογό μας απαιτείται έγγραφη αίτηση του ενδιαφερομένου με δήλωση αποδοχής του Καταστατικού. Η ετήσια συνδρομή μας είναι 30 ΕΥΡΩ.

Περιμένουμε εκδήλωση ενεργού ενδιαφέροντος για εγγραφή και δράση μαζί μας των ΜΗ ενεργών μελών.

Βασίλειος Ξηρομερίτης - Μέλος Δ.Σ. Σ.Ο.Ψ.Υ.

[περιεχόμενα]

1. Editorial	2
2. 1Million4Disability: As κάνουμε τη διακριτική μεταχείριση των ατόμων με αναπηρία παρελθόν	3
3. Ο Ξενώνας, το σπίτι μας... ..	4
4. Εγκαίνια Ξενώνα και Κέντρου Ημέρας Σ.Ο.Ψ.Υ.	6
5. Ευχαριστήριο	7
6. Αποσπάσματα από την επιστολή που εστάλη στο Εθνικό Συμβούλιο Ραδιοτηλεόρασης	8
7. Προτάσεις για την επιδοματική πολιτική του Υπ. Υγείας και Κοινωνικής Αλληλεγγύης για τα άτομα με Ψυχιατρική Αναπηρία	10
8. Ημερίδα με θέμα «Ψυχοεκπαίδευση οικογένεια και ασθενούς»	11
9. Δραστηριότητες Π.Ο.Σ.Ο.Ψ.Υ.	12
10. Δελτίο Τύπου	13
11. Νέα που μας αφορούν	14
12. Ψηφίστηκε το μίνι-ασφαλιστικό νομοσχέδιο	15
13. Επίδομα απολύτου αναπηρίας	15
14. «Αγωγή Υγείας στους Εφήβους» - «Ψυχική Νόσος και Οικογένεια»	16
15. Ευχαριστήριο	17
16. Ενημερωτική εκστρατεία για τη Διπολική Διαταραχή	19

1Million4Disability: Ας κάνουμε τη διακριτική μεταχείριση των ατόμων με αναπηρία παρελθόν



Η 10η επέτειος του Ευρωπαϊκού Φόρουμ Ατόμων με Αναπηρία συμπίπτει με τη 10η επέτειο από την διακήρυξη της Συνθήκης του Άμστερνταμ, που συμπεριλαμβάνει το Άρθρο 13, το πρώτο άρθρο κατά των διακρίσεων με συγκεκριμένη αναφορά στην αναπηρία. Η σύμπτωση αυτή, προσδίδει έναν ιδιαίτερα συμβολικό χαρακτήρα στην εν λόγω χρονική συγκυρία που επιτάσσει έναν ιδιαίτερο εορτασμό των δέκα χρόνων του Φόρουμ.

Με την ευκαιρία αυτή, το Φόρουμ φιλοδοξεί να εστιάσει και να δώσει έμφαση στον τρόπο με τον οποίο η Ευρωπαϊκή Ένωση

επηρεάζει τη διαβίωση των ατόμων με αναπηρία μέσα από μία εκστρατεία για τη συγκέντρωση ενός εκατομμυρίου υπογραφών υπέρ μιας ευρωπαϊκής νομοθεσίας κατά των διακρίσεων απέναντι στα άτομα με αναπηρία, η οποία λαμβάνει χώρα σε όλη την Ευρωπαϊκή Ένωση. Η εκστρατεία θα ολοκληρωθεί με μια μεγάλη γιορτή, στην οποία θα συμμετέχουν εκπρόσωποι των οργανώσεων – μελών του Φόρουμ από όλα τα κράτη – μέλη της Ευρωπαϊκής Ένωσης, καθώς και υψηλά ιστάμενοι εκπρόσωποι ευρωπαϊκών θεσμών και του κινήματος ατόμων με αναπηρία της Ευρώπης εν γένει.

Έτσι, το 2007, δε θα είναι μόνο μια επέτειος για το Φόρουμ, αλλά και μια ευκαιρία για όλες τις οργανώσεις – μέλη του, για όλα τα άτομα με αναπηρία στην Ευρώπη και για όλους όσους θεωρούν τα άτομα με αναπηρία ισότιμους συμπολίτες τους, να στείλουν ένα ηχηρό μήνυμα κατά των διακρίσεων.

Η εκστρατεία ξεκίνησε στις 23 Ιανουαρίου 2007 και θα ολοκληρωθεί με την παράδοση των υπογραφών στον Πρόεδρο της Ευρωπαϊκής Επιτροπής και τον Πρόεδρο του Ευρωπαϊκού Κοινοβουλίου στις 4 Οκτωβρίου 2007. Ωστόσο, για την επιτυχία της το αναπηρικό κίνημα χρειάζεται τη δική σας βοήθεια και συμπαράσταση:

Γιατί η καμπάνια μπορεί να αηλιάξει τις ζωές 50 εκατομμυρίων Ευρωπαίων πολιτών με αναπηρία.

Γιατί αποτελεί μια μοναδική ευκαιρία να αποδείξουμε στους ευρωπαϊκού θεσμούς την ενότητα των ατόμων με αναπηρία στην Ευρώπη, τα οποία αγωνίζονται μαζί για την προάσπιση των δικαιωμάτων τους ως πολιτών της Ευρωπαϊκής Ένωσης.

Γιατί χρειάζονται 1 εκατομμύριο υπογραφές, που μπορούν να συγκεντρωθούν με την αρμονική συνεργασία των αναπηρικών οργανώσεων και φορέων, καθώς και των ίδιων των ατόμων με αναπηρία.

Όσοι επιθυμείτε να συμμετάσχετε στην καμπάνια μπορείτε να υποβάλετε τη δική σας υπογραφή στην ηλεκτρονική διεύθυνση www.1million4disability.eu ή να κατεβάσετε μέσω της ιστοσελίδας της εκστρατείας το ειδικό έντυπο, προκειμένου να καταθέσετε την υπογραφή σας γραπτώς. Επίσης, μπορείτε να επικοινωνείτε με την Εθνική Συνομοσπονδία Ατόμων με Αναπηρία, που είναι ο φορέας υλοποίησης της καμπάνιας στην Ελλάδα, στο τηλέφωνο 210 5238961.

Ο Ξενώνας, το σπίτι μας... Το Κέντρο Ημέρας, ένας τόπος συνάντησης, επικοινωνίας, δημιουργίας...



Μ. Μαδιανός, Ν. Κακλαμάνης, Κ. Στεφανής, Μ. Παπούλια, Μ. Οικονόμου,
Π. Ανδρόνικος, Φ. Γεννηματά.

Σε κλίμα ανθρώπινης ζεστασιάς τελέστηκαν την **Παρασκευή 23 Φεβρουαρίου 2007** τα εγκαίνια του Ξενώνα και του Κέντρου Ημέρας του Συλλόγου Οικογενειών για την Ψυχική Υγεία (Σ.Ο.Ψ.Υ.) από τη σύζυγο του Προέδρου της Δημοκρατίας κα Μαίη Παπούλια.

Στα εγκαίνια παρευρέθηκαν το Διοικητικό Συμβούλιο και η Επιστημονική Επιτροπή του Σ.Ο.Ψ.Υ., οι ένοικοι του Ξενώνα, τα μέλη του Κέντρου Ημέρας και οι εργαζόμενοι, καθώς επίσης συγγενείς και φίλοι, εκπρόσωποι συλλόγων οικογενειών ατόμων με αναπηρία, αλλά και ευαισθητοποιημένοι κάτοικοι και καταστηματαρχές της περιοχής, που από την αρχή αγκάλιασαν τις προσπάθειες του συλλόγου.

Μεταξύ των προσκεκλημένων που τίμησαν με την παρουσία τους την εκδήλωση ήταν η Υπερνομάρχης Αττικής κα **Φώφη Γεννηματά**, ο Δήμαρχος Αθηναίων κος **Νικήτας Κακλαμάνης**, η Ειδική Γραμματέας του Υπουργείου Υγείας για θέματα Ψυχικής Υγείας κα **Μαρία Τροχάνη**, ο Καθηγητής και τ. Πρόεδρος της Ακαδημίας Αθηνών κος **Κώστας Στεφανής**, οι βουλευτές του ΠΑΣΟΚ κος Χρήστος Πρωτόπαπας και Ρόζα Βρεττού, η τ. ευρωβουλευτής και επ. καθηγήτρια Ψυχιατρικής κα Μένη Μαθλιώρη, οι καθηγητές ψυχιατρικής κος Γιώργος Παπαδημητρίου, κος Μιχάλης Μαδιανός, κος Δημήτρης Πλουμπίδης, κος Δημήτρης Αναγνωστόπουλος, οι δημοσιογράφοι κα Έλλη Στάη και κα Αναστασία Παρετζόγλου, η κα Δήμητρα Φιλιππου, κος Νίκος και Βαρβάρα Βερνίκου, η κα Σόφη Κουταλίδη και κα Τίνα Βασιλείου, η κα Σοφία Στάικου από τον όμιλο Τράπεζας Πειραιώς και πολλοί άλλοι.

Μετά τον καθιερωμένο αγιασμό, μια μητέρα ατό-

μου με ψυχική ασθένεια, μέλος του Διοικητικού Συμβουλίου του Σ.Ο.Ψ.Υ., ένας ένοικος του Ξενώνα, δυο μέλη του Κέντρου Ημέρας και ένας γείτονας μοιράστηκαν κάποιες σκέψεις τους με τους παρευρισκόμενους. Η μητέρα έθεσε τη βασική αγωνία των γονιών που συνοψίζεται στο καίριο ερώτημα: «Πως θα ζήσουν, πού θα μείνουν τα παιδιά μας όταν εμείς φύγουμε από τη ζωή; » και τόνισε ότι Ξενώνες σαν κι αυτόν που οργάνωσε ο Σ.Ο.Ψ.Υ. και Κέντρα Ημέρας θα μπορούσαν να δώσουν ανακούφιση στους γονείς. Τα λόγια του Β., μέλους του Κέντρου Ημέρας, περιέγραψαν ίσως με τον καλύτερο τρόπο το ρόλο που παίζει το Κέντρο Ημέρας στη ζωή των ατόμων που αντιμετωπίζουν προβλήματα ψυχικής υγείας. Είπε χαρακτηριστικά: «Το Κέντρο Ημέρας με έκανε να πιστέψω στον εαυτό μου, να επικοινωνήσω με άλλους ανθρώπους, να βρω συντροφιά, να έχω μια καλύτερη καθημερινότητα, να ελπίζω κι εγώ». Στη συνέχεια, ο Ν., γείτονας και καταστηματαρχής της περιοχής, με ειλικρίνεια αναφέρθηκε στους αρχικούς προβληματισμούς και φόβους του, φόβους που όμως στη συνέχεια καταρρίφθηκαν, για την εγκατάσταση του Ξενώνα και του Κέντρου Ημέρας, δομών για ψυχικά ασθενείς. Όπως ο ίδιος είπε: «Οι άνθρωποι αυτοί είναι άνθρωποι με αξιοπρέπεια, είναι ψυχούλτες, ούτε μυρμήγκι δεν μπορούν να πειράξουν, περισσότερο φοβισμένοι θα έλεγα παρά επιθετικοί, όπως αρχικά τους φανταζόμασταν πριν τους γνωρίσουμε. Τώρα πια όλοι οι γείτονες τους αγκαλιάσαμε, τους θεωρούμε αναπόσπαστο κομμάτι της γειτονιάς μας». Τέλος, συγκινητικό ήταν το ποίημα για το Κέντρο Ημέρας ως «καταφύγιο στη μοναξιά», που έγραψε ειδικά για τη μέρα αυτή ο Ν., μέλος, που μετά από επιθυμία της κας Μαίης Παπούλια, της το προσέφερε.

Από την πλευρά των επιστημόνων, η Πρόεδρος της Επιστημονικής Επιτροπής του Σ.Ο.Ψ.Υ, Επικ. Καθηγήτρια Ψυχιατρικής κα **Μαρίνα Οικονόμου - Λαλιώτη**, στην προσφώνησή της ανέφερε μεταξύ άλλων ότι ο Ξενώνας και το Κέντρο Ημέρας μπορεί να είναι η απάντηση στις ανάγκες της οικογένειας που είναι επιβαρυνμένη με το τεράστιο «φορτίο» της ψυχικής ασθένειας. Αναφέρθηκε επίσης στη σημασία του γεγονότος ότι ο συγκεκριμένος Ξενώνας, με δυνατότητα να στεγάσει δέκα ασθενείς, είναι ο πρώτος στην Ελλάδα που δημιουργείται από Σύλλογο Οικογενειών, όπως και στην καινοτομία του Κέντρου Ημέρας να λειτουργεί καθημερινά, απογευματινές ώρες, αλλά και τα Σαββατοκύριακα, έτσι ώστε να

καλύπτει ουσιαστικά τις ανάγκες των ασθενών για έξοδο από το σπίτι, επικοινωνία, ψυχαγωγία, δημιουργική απασχόληση, ψυχοθεραπευτική αλληλία και ψυχοκοινωνική στήριξη. Η κα Λαλιώτη τόνισε επίσης ότι πίσω από την ταμπέλα της ψυχικής αρρώστιας, μια ταμπέλα που κανείς δεν θα ήθελε να «φοράει», κρύβεται μια οδυνηρή πραγματικότητα, με πολλή και διαφορετικά πρόσωπα, κρύβεται πάντα ένας άνθρωπος, μια ξεχωριστή βιογραφία. Οι ψυχικά ασθενείς και οι οικογένειές τους έχουν να σηκώσουν ένα φορτίο ακόμη: την κοινωνική αρρώστια, ως έκφραση της σύγχρονης κοινωνικής παθολογίας της προκατάληψης, του ρατσισμού, των διακρίσεων, του αποκλεισμού, εν τέλει, αυτού που ονομάζουμε κοινωνικό στίγμα. Πρόκειται για ένα νοσηρό φαινόμενο, τόσο νοσηρό όσο και η ψυχική νόσος, που αποτελεί πρόκληση για τη σύγχρονη κοινωνία που θέλει να ονομάζεται κοινωνία των πολιτών, κοινωνία της επιστημονικής προόδου και των ανθρωπιστικών κινημάτων. Για να μπορούμε σήμερα να μιλάμε για ένα κίνημα των οικογενειών που κάποιο μέλος τους πάσχει από ψυχική ασθένεια έχει προηγηθεί πολλή δουλειά. Οι οικογένειες αυτές ζητούν και χρειάζονται την αρωγή του κράτους και την υποστήριξη των ευαισθητοποιημένων πολιτών.

Η κα **Μαίη Παπούλια**, σύζυγος του Προέδρου της Δημοκρατίας, μέσα από τη δική της 30χρονη εμπειρία ως ψυχολόγου στη Γερμανία, υπογράμμισε τη μεγάλη συνδρομή των συλλόγων οικογενειών στην κατανόηση από τους συγγενείς των μορφών που μπορεί να πάρει η ψυχική νόσος και στην καταπολέμηση του στίγματος και εξέφρασε τη συγκίνησή της για την αποδοχή που βρήκαν ο Ξενώνας και το Κέντρο Ημέρας του Σ.Ο.Ψ.Υ. στην κοινωνία του Βύρωνα. Η τελετή των εγκαινίων επισφραγίστηκε με την απονομή στην κα Μαίη Παπούλια πίνακα ζωγραφικής, που φιλοτέχνησε ένοικος του Ξενώνα του Σ.Ο.Ψ.Υ. Ακολούθησε ξενάγηση στους χώρους του Ξενώνα και του Κέντρου Ημέρας από τους ενοίκους και τα μέλη του.

Ειδική μνεία έγινε στους χορηγούς του Σ.Ο.Ψ.Υ.. Συγκεκριμένα, στις φαρμακευτικές εταιρείες **ΦΑΡΜΑΣΕΡΒ-ΛΙΛΛΥ Α.Ε.Β.Ε., Bristol-Myers Squibb ΕΠΕ, Pfizer Hellas Α.Ε., JANSSEN-CILAG Α.Ε.Β.Ε., Wyeth Hellas Α.Ε.Β.Ε.,** την εταιρεία **ΑΛΤΕ ΑΤΕ,** τα καταστήματα **Notos Galleries, IKEA, Habitat, Κωτσόβολος,** την εταιρεία **ΙΟΛΚΟΣ,** τον **όμιλο Δασκαλιαντώνάκη,** αλληλία και

όλους όσους κατά καιρούς έχουν στηρίξει τις προσπάθειες του Συλλόγου.

Ο Σ.Ο.Ψ.Υ. χρειάζεται τη στήριξη όλων μας.



Μ. Παπούλια, Κ. Στεφανής, Μ. Οικονόμου.



Στιγμιότυπο από τα εγκαινία του Κ.Η.



Α. Τσίνα, Μ. Παπούλια.

... ένα γείτονα και φίλο



Δε σας κρύβω ότι όταν ακούσαμε ότι νοικιάστηκε ένα κτήριο στη γειτονιά μας για να εγκατασταθούν ψυχικά ασθενείς μουδιάσαμε όλοι....

Είχαμε ακούσει διάφορα από την τηλεόραση και τα άλλα μέσα ενημέρωσης.....Ότι είναι βίαιοι,

επικίνδυνοι, βρώμικοι, ενοχλητικοίκαι φοβόμασταν. Όταν πρωτοήρθαν στο μαγαζί μου ήμουν κουμπωμένος, επιφυλακτικός. Σύντομα όμως οι φόβοι μου διαψεύστηκαν. Και όχι μόνο οι δικοί μου, αλλά όλων των γειτόνων και των γονέων που στέλνουν τα παιδιά τους στο σχολείο.

Οι ένοικοι του Ξενώνα ήταν ευγενικοί, περιποιημένοι, καθαροί και προπαντός αξιοπρεπείς. Στην αρχή δεν καταδέχονταν τίποτα, αντιλαμβάνονταν ίσως ότι το προσφέρω με αμνηχανία.....

Διαπίστωσα ότι οι άνθρωποι αυτοί είναι ψυχούλτες, ούτε μυρμήγκι δεν μπορούν να πειράξουν, περισσό-

τερο φοβισμένοι θα έλεγα παρά επιθετικοί όπως τους φανταζόμασταν. Όχι μόνο δε μου δημιούργησαν ποτέ κανένα πρόβλημα – σε αντίθεση μ’ άλλους “υγιείς”- αλλά με βοήθησαν και με αντάμειψαν.

Με βοήθησαν γιατί πέταξα τη σκουριά απ’ το μυαλό μου, θυμήθηκα ξανά πόσο σπουδαίο είναι να προσφέρεις και με αντάμειψαν με το γνήσιο, αυθόρμητο, ειλικρινές χαμόγελό τους. Με τους περισσότερους είμαι τώρα πια φίλος και μου λείπουν όταν δεν περνούν από το μαγαζί ή φύγουν απ’ τον Ξενώνα για να επιστρέψουν στις οικογένειές τους.

Τώρα πια πιστεύω ακράδαντα ότι οι άνθρωποι με πρόβλημα ψυχικής υγείας, με κάποια ψυχική ασθένεια, ακόμη και σοβαρή, μπορούν να ζουν δίπλα μας. Έχουν όμως, ανάγκη από την υποστήριξη και την αποδοχή μας. Από μια καλή κουβέντα, ένα χαμόγελο.

Αν τους δώσουμε τη δυνατότητα να μας πλησιάσουν και τους γνωρίσουμε από κοντά, τότε βλέπουμε ότι είναι άνθρωποι που αξίζουν αλλά και τους αξίζει μια καλύτερη ζωή.

... ένα μέλος του Κέντρου Ημέρας

Όταν τα συμπτώματα της αρρώστιας μου, που με ταλαιπωρούσαν για χρόνια, άρχισαν να υποχωρούν και να ανακουφίζομαι, τότε παρουσιάστηκε ένα καινούργιο πρόβλημα. Ο ελεύθερος χρόνος.

Δε σπούδαζα, δε δούλευα και είχα πολύ ελεύθερο χρόνο. Ήθελα να κάνω πολλά πράγματα, να συναντήσω ανθρώπους, να ζήσω, αλλά.....

Οι παλιοί μου φίλοι ευγενικά και διακριτικά με απέφευγαν, οι καινούριοι που προσπάθησα να κάνω με περιγελοῦσαν και με αποστρέφονταν. Ήθελα πολύ να ζήσω αλλά η ζωή, μου έκλεινε την πόρτα, μου γύριζε την πλάτη. Μπορεί να είχα αντιμετωπίσει την αρρώστια μου, αλλά η στάση και η συμπεριφορά του κόσμου με καταδίωκε. Ήταν σαν μια δεύτερη αρρώστια. Όσπου ένας ιατρός μου πρότεινε και με παρακίνησε να επισκεφτώ το Κέντρο Ημέρας.

Οι υπεύθυνοι και τα παιδιά εκεί με υποδέχθηκαν με

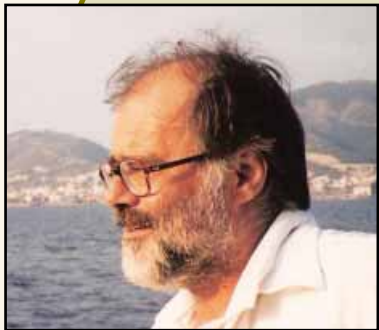
χαμόγελο και με εγκαρδιότητα. Με άκουσαν με προσοχή, με κοίταξαν στα μάτια, με σεβάστηκαν...

Γρήγορα ένιωσα μέλος μιας μεγάλης παρέας, ανήκα κάπου.

Το Κέντρο Ημέρας όμως δεν είναι μόνο ένας ζεστός και φιλόξενος χώρος συνάντησης. Αξιοποιούμε το χρόνο μας δημιουργικά, γίνονται ομάδες ψυχοθεραπείας, εκπαίδευση σε κοινωνικές δεξιότητες, χοροθεραπεία, προβολή ταινιών που ακολουθεί συζήτηση. Λέμε ελεύθερα τη γνώμη μας και μας ακούνε. Οι θεραπευτές, μας ενθαρρύνουν και μας προετοιμάζουν να αντιμετωπίζουμε με θάρρος και αισιοδοξία τις προκλήσεις της ζωής.

Το Κέντρο Ημέρας με έκανε να πιστέψω στον εαυτό μου, να ελπίζω κι εγώ. Υπολογίζουμε στη βοήθεια όλων σας έτσι ώστε να δημιουργηθούν κι άλλα Κέντρα Ημέρας. Για να έχουμε όλοι εμείς ισότιμη συμμετοχή στη ζωή.

... έναν ξενώνα του Ξενώνα



Καλημέρα σε όλους,

Εκ μέρους όλων των παιδιών που μένουμε εδώ θα ήθελα να σας καλωσορίσω στο σπίτι μας και να σας ευχαριστήσω που σήμερα είστε εδώ για τα εγκαίνια του ξενώνα μας και του Κέντρου Ημέρας. Είναι μεγάλη τιμή και χαρά για μας η παρουσία τό-

σο επισήμων προσώπων στο χώρο μας. Η αλήθεια είναι ότι για εμάς, τους ανθρώπους που αντιμετωπίζουμε προβλήματα ψυχικής υγείας, είναι πολύ σημαντικό να νιώθουμε την αποδοχή και την στήριξη των συνανθρώπων μας.

Για μας ο ξενώνας είναι μια μεγάλη ευκαιρία. Μια ευκαιρία για να μπούμε ξανά στην κοινωνία, να συνηθίσουμε του ρυθμούς της καθημερινής ζωής, να αισθανθούμε ισότιμοι με τους υπόλοιπους πολίτες. Ο Ξενώνας αυτός λειτουργεί σαν μια μικρή κοινωνία. Μένουμε εδώ 10 άτομα, άντρες και γυναίκες. Με αρκετούς από αυτούς είμαστε μαζί από την πρώ-

τη μέρα λειτουργίας. Μαζί με το προσωπικό τους αισθάνομαι σαν μια μεγάλη οικογένεια. Ο καθένας μας έχει τις δικές του καθημερινές υποχρεώσεις: καθαριότητα, μαγειρική, ψώνια, ότι δηλαδή μπορεί να κάνετε και εσείς στο δικό σας σπίτι. Η αγαπημένη μου στιγμή είναι όταν καθόμαστε όλοι μαζί γύρω από το τραπέζι για φαγητό. Συζητάμε πως ήταν η μέρα μας, με τα καλά αλλιά και τα άσχημά της. Τα Σαββατοκύριακα βγαίνουμε έξω, για καφέ, σε μουσεία ή κάνουμε εκδρομές.

Ίσως για κάποιους όλα αυτά να φαίνονται ασήμαντα. Για μας όμως είναι ένα φωτεινό σημάδι ζωής, ένα σημάδι ελπίδας. Όπως είπε ο Τζον Νας «όταν αρρωσταίνει το μυαλό είναι σαν να μένει το αυτοκίνητο χωρίς οδηγό». Και όμως με την κατάλληλη θεραπεία το μυαλό ξαναβρίσκει τον οδηγό του.

Εύχομαι ολόψυχα να δημιουργηθούν και άλλοι ξενώνες έτσι ώστε να μπορέσουν να βοηθηθούν και άλλοι άνθρωποι που αντιμετωπίζουν παρόμοια προβλήματα, για να πάψουν να αισθάνονται όπως αισθανόμασταν εμείς παλιά. Σαν αετοί που δεν πέταξαν ποτέ.



Μ. Οικονόμου, Π. Ανδρόνικος, Ε. Ζερβάκη - Συμπρωταίες.



Ν. Κακλαμάνης, Μ. Οικονόμου, Π. Ανδρόνικος.

[Ευχαριστήριο]

Το Διοικητικό Συμβούλιο του Σ.Ο.Ψ.Υ. ευχαριστεί θερμά τους:

- κα Α. Παντελίδου για την ευγενική προσφορά της σε είδη οικιακής χρήσης για τον Ξενώνα μας
- κα Ε. Ευθυμιοπούλου για την οικονομική στήριξη του Συλλόγου μας (300 ευρώ)
- κα Α. Παπάζογλου για την οικονομική στήριξη του Συλλόγου μας (150 ευρώ)
- κ. Π. Δαργιώτη για την ευγενική προσφορά του σε είδη διατροφής για τον Ξενώνα μας

Αθήνα, 2 Απριλίου 2007

Όλοι εμείς οι γονείς, που η ψυχική ασθένεια μας έχει χτυπήσει την πόρτα, αντιμετωπίζουμε πολλή προβλήματα, με το κράτος να είναι «απόν», όμως η TV παρούσα, αλλιά με τρόπο απαράδεκτο και εξευτελιστικό. Ο αγώνας μας για την καταπολέμηση του κοινωνικού στίγματος που συνοδεύει την ψυχική ασθένεια είναι συνεχής. Ο **Σύλληλογος Οικογενειών για την Ψυχική Υγεία** (Σ.Ο.Ψ.Υ.) και οι **«Κυνηγοί Στίγματος»** προσπαθούν να σπάσουν τη σιωπή, να αναδείξουν το θέμα, να παρακινήσουν την κοινή γνώμη, ώστε να αντιμετωπιστεί ο κοινωνικός στιγματισμός των ατόμων με ψυχικές διαταραχές, των παιδιών μας, των αδελφών μας, των γονιών μας, των συγγενών μας.

Τι κάνει λοιπόν η τηλεόραση; Στιγματίζει αυτούς τους ευαίσθητους και ευάλωτους ανθρώπους και τους παρουσιάζει ως στυγνούς δολοφόνους με «άρρωστα μυαλά» ή τους διακωμωδεί ή τέλει, τους πετάει στον Καιάδα. Η τηλεόραση φέρνει τον τρόμο και το φόβο μέσα στα σπίτια μας. Δεκάδες είναι τα τηλεφωνήματα και τα γράμματα που φτάνουν στο Σύλληλό μας από συγγενείς που, απηυδισμένοι πια, μας ζητούν να κάνουμε κάτι. Και να το κάνουμε ΑΜΕΣΑ.

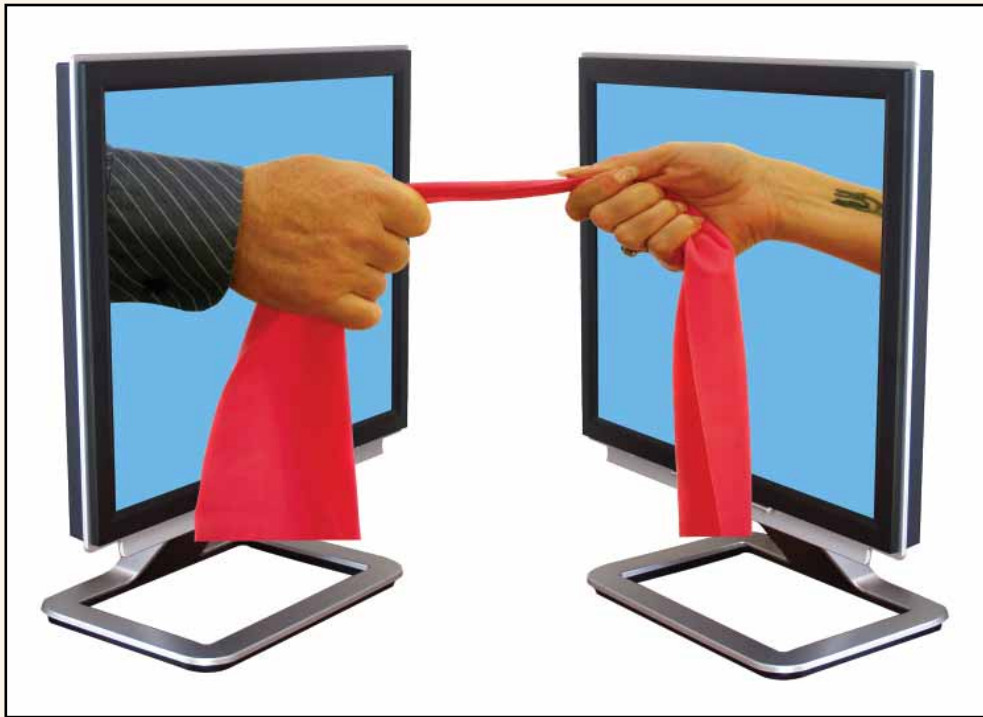
ΔΕΛΤΙΑ ΕΙΔΗΣΕΩΝ: Ο «σχιζοφρενής», ο «παρανοϊκός», ο «μανιακός», ο «τρελός», αυτές και πολλές ακόμη λέξεις-χαρακτηρισμοί απαράδεκτοι, μας βομβαρδίζουν καθημερινά. Κάθε εγκληματική ενέργεια συνδέεται άκριτα και αβασάνιστα με κάποιον «ψυχασθενή». Πολύ συχνά και χωρίς να υπάρχει επιστημονική τεκμηρίωση, ρεπορτάζ που αφορούν σε εγκληματικές πράξεις, οδηγούν το θεατή στο συμπέρασμα ότι ο «δράστης» είναι άτομο με ψυχική ασθένεια (και κυρίως με σχιζοφρένεια).

ΣΕΙΡΕΣ: Δυστυχώς, το «αίμα», η «πάρανοια», το έγκλημα, πουλάνε! Αναφερόμαστε σε όλα τα κα-

νάλια, εν προκειμένω όμως στον ALPHA, με το σήριαλ «10η Εντολή», μια βαμμένη στο αίμα σειρά, που παλιότερα ονομαζόταν «Κόκκινος κύκλος». Έτσι, μέσω του καναλιού, μάθαμε με πόση ευκολία και ακρίβεια μπορεί να γίνει έγκλημα με μαχαίρι, τσεκούρι, περίστροφο, φάρμακα (δηλητήριο) από κάποιον «ψυχασθενή». Επίσης πως μπορεί κάποιος να λιώσει με μια πέτρα ένα κεφάλι, πως μπορεί κάποιος να σκοτώσει μάνα, πατέρα, αδελφό, φίλη κ.α.. Και όλα αυτά με κάθε λεπτομέρεια και αίμα (πολύ αίμα!) και βία σε μεγάλες ποσότητες. Από κοντά, «Τα σύνορα της Αγάπης» στο Mega Channel, όπου μια σατανική γυναίκα με «βίαιη και διασχιστική προσωπικότητα» που νοσηλευόταν σε ψυχιατρική κλινική ξεγέλασε την επιστημονική επιτροπή και πήρε εξιτήριο. Αμέσως μετά, συνέχισε τη βίαιη και εγκληματική της συμπεριφορά.

«ΨΥΧΑΓΩΓΙΚΕΣ» ΕΚΠΟΜΠΕΣ: Πραγματικά από πού να ξεκινήσει κανείς...ALTER και Αννίτα Πάνια. Δεν πάνε δυο εβδομάδες που η παρουσιάστρια διαφήμιζε δυο τραγούδια που «πολύ τα γουστάρει», όπως έλεγε και θα τα κάνει και CD. Τίτλοι; «Ο σχιζοφρενής δολοφόνος με το πριόνι (δεν κωλώνει)» και «Σχιζοφρένεια». Το δε τραγούδι συνοδευόταν και από «μπαλέτο» που τραγουδούσε και χόρευε κρατώντας πριόνι! Και φυσικά, επειδή το κύρος της εκπομπής δε θα επέτρεπε να μην τηρηθεί η υπόσχεση στο κοινό της για CD, στο χθεσινό φύλλο της εφημερίδας Avanti, υπήρχε ολοσέλιδη καταχώρηση με «τις επιτυχίες του Je t' aime», που επιτέλους κυκλοφόρησαν και σε CD. Όσοι πιστοί σπεύσατε!

Άραγε μετά από εικόνες τέτοιου είδους (του χειρίστου είδους-ας μας επιτραπεί η κατακραυγή γιατί το ποτήρι της αγανάκτησης έχει πια ξεχειλίσει), πως νιώθει ένας άνθρωπος που βιώνει το πρόβλημα;



Θα λήγαμε πως τραυματίζεται, πως το μαχαίρι του ξύνει περαιτέρω την πληγή του, πως του μηδενίζει την αξιοπρέπεια, πως φωλιάζει μέσα του ο τρόμος. Άραγε, πως καταφέρνει μια μάνα να ηρεμήσει το παιδί της μετά από αυτές τις προ(σ)βολές και να αποβάλλει το φόβο από τα μάτια του;

Άραγε έχει αντιληφθεί το κράτος ότι πρόκειται για νέους ανθρώπους που νιώθουν σχεδόν καθημερινά δαγκωματιές στην καρδιά; Προφανώς οι ιθύνοντες επαναπαύονται στο «μη μου τους κύκλους τάραττε». Κι όμως, δε ζητάμε βοήθεια ή ελεημοσύνη. Απαιτούμε να σεβαστούν άνθρωπος (που είναι πολλοί ανάμεσά μας...η ψυχική ασθένεια δεν είναι τόσο σπάνια όσο νομίζουμε ή ευχόμαστε) και που ο βαθμός επικινδυνότητάς τους είναι όσος και ενός «φυσιολογικού» ατόμου, μπορείτε να αποταθείτε σε ψυχιάτρους-ψυχολόγους και ειδικούς. Τα επιχειρήματά τους θα σας ξαφνιάσουν!

Αναρωτιόμαστε γιατί δεν παίζονται στην πολύπαθη τηλεόραση παραστάσεις, ταινίες, εκπομπές που

περνούν αντικειμενικά μηνύματα και τροφοδοτούν το κοινό με εικόνες κοντά στην οδυνηρή πραγματικότητα της ψυχικής ασθένειας (οδυνηρή για τον ασθενή και για όσους τον αγαπούν και του παραστέκονται) και μακριά από τρομοπάγνες και ψευδείς απεικονίσεις. Γιατί δεν προβάλλεται η αλήθεια ώστε να κατανοήσουν όλοι τι σημαίνει να σε στιγματίζουν, να σε τρομοκρατούν, να σε εξευτελίζουν, χωρίς να φταις και να σε κάνουν να νιώθεις ανήμπορος να αντισταθείς; Δυστυχώς, είναι πολλοί οι έχοντες εξουσία που επιλέγουν τι θα δούμε και τι θα ακούσουμε εμείς οι «ηλογικοί», οι «φυσιολογικοί», που δεν τους νοιάζει στο βωμό του κέρδους (ή της άγνοιάς τους) να ποδοπατούν την ανθρώπινη ψυχή και την αξιοπρέπεια των ανθρώπων με δυσκολίες.

ΕΛΕΟΣ! Βάλτε επιτέλους φρένο σε αυτόν τον κατήφορο. Δεν αντέχουμε πια.

Θέμα : Προτάσεις για την επιδοματική πολιτική του Υπ. Υγείας και Κοινωνικής Αλληλεγγύης για τα άτομα με Ψυχιατρική Αναπηρία

Βύρωνας, 13-3-07

Προς την ΕΣΑμεια

Αγαπητοί Συνάδελφοι,

Τα άτομα με σχιζοφρένεια και άλλες σοβαρές ψυχικές νόσους, που περιλαμβάνονται στον ευρύτερο όρο «ψυχωσική νόσος» και οδηγούν σε ψυχιατρική αναπηρία, περιλαμβάνονται με την παρούσα νομοθεσία στην κατηγορία «Βαριά Αναπηρία».

Όμως, στην κατηγορία της ψυχιατρικής αναπηρίας υπάρχουν πολλές ιδιαιτερότητες στις οποίες θα αναφερθούμε.

- Ένας μεγάλος αριθμός αυτών είναι νέα άτομα σε ηλικία που οι άνθρωποι εργάζονται. Επιθυμία και των ιδίων και των οικογενειών τους είναι να είχαν τις ευκαιρίες να εργάζονται και να ζουν ανεξάρτητα αλλήλα και να έχουν τη δυνατότητα της κοινωνικοποίησής τους μέσα από την εργασία τους. Όμως η πραγματικότητα είναι ότι σ' ένα πολύ μικρό ποσοστό εργάζονται γιατί και οι ευκαιρίες δεν τους δίνονται και γιατί οι προκαταλήψεις στη χώρα μας είναι πολύ έντονες και ιδίως στο χώρο της εργασίας.
- Ας σημειωθεί επίσης ότι και οι υποτροπές της ασθένειας οι οποίες είναι συχνές τους καθιστούν ανήμπορους για εργασία με αποτέλεσμα να περιορίζονται οι λίγες ευκαιρίες που δε δίνονται συχνά. Δυστυχώς, προγράμματα υποστηριζόμενης ή προστατευόμενης εργασίας είναι ελάχιστα στη χώρα μας.
- Συνήθως ζουν με την οικογένειά τους, όταν υπάρχει, η οποία επωμίζεται όλα τα έξοδα διαβίωσής τους αλλήλα και θεραπείας αφού είναι γνωστή η έλλειψη Δημοσίων Πρωτοβάθμιων Υπηρεσιών Ψυχικής Υγείας στην Κοινότητα (στην Ελλάδα καλύπτεται μόνο το 25% της χώρας από τις Δημόσιες Υπηρεσίες Ψυχικής Υγείας). Έτσι η μόνη οικονομική βοήθεια παραμένει το πενιχρό επίδομα που είναι αμφίβολο αν καλύπτει τις δαπάνες ενός καφέ και ενός πακέτου τσιγάρων.
- Είναι εύλογο η ανάγκη της αναπροσαρμογής αυτού του επιδόματος όχι στο επίπεδο άλλων χωρών της Ε.Ε αλλά τουλάχιστον σε πιο ουσιαστικά επίπεδα από τα σημερινά.
- Είναι σημαντικό επίσης το επίδομα αυτό να μη διακόπτεται στην περίπτωση εργασίας γιατί η εργασία για τον ψυχικά ασθενή αποτελεί σημαντικό εργαλείο για την Ψυχοκοινωνική του Αποκατάσταση.
- Επίσης να μη διακόπτεται το επίδομα στην περίπτωση νοσηλείας του ή διαβίωσής του σε ξενώνα ή οικοτροφείο.
- Θα διευκόλυνε επίσης τα χρήματα να κατατίθενται κατ' ευθείαν σε τραπεζικό λογαριασμό.
- Είναι προφανές ότι το πρόβλημα μεγαλώνει όταν το άτομο με ψυχιατρική αναπηρία χάσει τους γονείς του που αποτελούν τον κυριότερο παράγοντα υποστήριξής του ή όταν αυτοί είναι πολύ ηλικιωμένοι και σοβαρά άρρωστοι. Στην περίπτωση αυτή χρειάζεται πολύπλευρη υποστήριξη, η οποία θα εξασφαλίζει τη συνέχιση της θεραπείας του αλλήλα και της κοινωνικοποίησής του.

Λαμβάνοντας υπόψη τις αναφερθείσες ιδιαιτερότητες των ατόμων με ψυχιατρική αναπηρία παρακαλούμε να συμπεριλάβετε τις ανωτέρω προτάσεις μας.

- Ως προς το ύψος δε του επιδόματος άποψη μας είναι ότι θα πρέπει να συνδεθεί με το ημερομίσθιο του ανειδίκευτου εργάτη. Για το 2008, αίτημά μας είναι να ανέλθει στο 12δεκαπλάσιο του ημερομισθίου του ανειδίκευτου εργάτη με προοπτική εντός τριετίας να εξισωθεί με το 20πλάσιο.

- Επίσης προτείνουμε η ψυχιατρική αναπηρία να αναφέρεται στη νομοθεσία ως υποκατηγορία στη μεγάλη κατηγορία της «Βαριάς Αναπηρίας».

Υλοποιώντας η πολιτεία τα αιτήματά μας θα δείξει αν πραγματικά κατανοεί τα ανυπέβλητα εμπόδια που η ψυχιατρική αναπηρία επιφέρει και ότι δεν είναι κοινωνικά δίκαιο να επωμίζεται η οικογένεια εσαεί το βάρος.

Με συναδελφικούς χαιρετισμούς

**Η Πρόεδρος
Δρ Αλεξάνδρα Ασκούνη – Στρούμπου**

**Η Γεν. Γραμματέας
Ελένη – Νίκη Νομίδου**

8 Μαΐου 2007: Ημερίδα με θέμα «Ψυχοεκπαίδευση οικογένεια και ασθενούς» (Στο Μοντέρνο Θέατρο Γιώργου Μεσσάλα "Αλκυονίς")



Αγαπητοί φίλοι,

Η Π.Ο.Σ.Ο.Ψ.Υ. (Πανελλήνια Ομοσπονδία Οικογενειών για την Ψυχική Υγεία) αποτελεί ένα ενιαίο νομικό πρόσωπο, το οποίο συντονίζει τη δράση των συλλόγων-μελών του, κάνοντας παρεμβάσεις για θεσμικές αλλαγές με σκοπό την προάσπιση των ηθικών, κοινωνικών, νομικών και υλικών δικαιωμάτων των ατόμων με ψυχική νόσο και των οικογενειών τους.

Η Δ.Υ.Ψ.Α. (Δικαιώματα-Υποχρεώσεις Ψυχικά Ασθενών) αποτελεί μια μη κυβερνητική, μη κερδοσκοπική οργάνωση ψυχικά ασθενών με βασικούς στόχους ύπαρξης την άρση των κοινωνικών αποκλεισμών και τη διευκόλυνση της ένταξης των ψυχικά ασθενών στην παραγωγική διαδικασία, την ενίσχυση των διαδικασιών αποασυλοποίησης και εξωνοσοκομειακής περίθαλψης, την ευαισθητοποίηση της κοινής γνώμης σε ζητήματα ψυχικής νόσου και την ψυχολογική υποστήριξη των ψυχικά ασθενών και του οικογενειακού τους περιβάλλοντος.

Στα πλαίσια των δραστηριοτήτων τους, η Π.Ο.Σ.Ο.Ψ.Υ. και η Δ.Υ.Ψ.Α., συνδιοργανώνουν στις 8 Μαΐου, στο χώρο του Μοντέρνου Θεάτρου Γ.Μεσσάλα «Αλκυονίς», Ιουλιανού 42-46 μια ημερίδα με θέμα «Ψυχοεκπαίδευση οικογένειας και ασθενούς».

Η ανάγκη της ψυχοεκπαίδευσης αποτελεί όρο επιβίωσης για τον ίδιο τον ψυχικά ασθενή. Η γνώση της φύσης της νόσου και κυρίως των μέσων αντιμετώπισής της, αποτελούν την ασφαλέστερη ασπίδα προφύλαξης όσον αφορά στην πρόληψη των υποτροπών. Η ενεργή συμμετοχή του ασθενούς μέσα σε ένα πλαίσιο συνεργασίας με το περιβάλλον περίθαλψης, μπορεί να εγγυηθεί όχι μόνο τη διασφάλιση της υγείας αλλά και την ουσιαστική ωριμότητα της προσωπικότητας του ψυχικά ασθενούς.

Ανάλογη σημαντικότητα έχει η ψυχοεκπαίδευση και για το οικογενειακό περιβάλλον. Η γνώση αποτελεί την άμυνα τόσο για την καλύτερη αντιμετώπιση ιδιόμορφων και ακραίων καταστάσεων όσο και για την απενοχοποίηση της οικογένειας.

Η περιγραφή προγραμμάτων ψυχοεκπαίδευσης και η προοπτική τους, ο προβληματισμός πάνω στην έλλειψη ουσιαστικών πρωτοβουλιών, ο καθορισμός ενός πλαισίου προτεραιοτήτων, είναι μερικά από τα θέματα που θα αναπτυχθούν.

Πόσο συναφές είναι το μέλλον με το παρελθόν, θα αναδειχθεί πιστεύουμε μέσα από τη συγκλονιστική θεατρική παράσταση του Γ. Μεσσάλα «Το Ημερολόγιο ενός τρελού» του Ν. Γκόγκολ με την οποία θα κλείσει η ημερίδα.

Ελπίζοντας η αξία της ημερίδας να είναι πρακτική και όχι φιλοσοφική, σας περιμένουμε όλους κοντά μας.

Η Πρόεδρος του Π.Ο.Σ.Ο.Ψ.Υ.:

Δρ. Αλεξάνδρα Ασκούνη-Στρούμπου

Οι εκπρόσωποι της Δ.Υ.Ψ.Α.:

Νατάσσα Βασιλάκη, Αθνή Καρατζογιάννη

ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ ΗΜΕΡΙΔΑΣ

Συνδιοργάνωση:

Π.Ο.Σ.Ο.Ψ.Υ. (Πανελλήνια Ομοσπονδία Συλλόγων Οικογενειών για την Ψυχική Υγεία)

Δ.Υ.Ψ.Α. (Δικαιώματα-υποχρεώσεις ψυχικά ασθενών)

Θέμα: «Ψυχοεκπαίδευση οικογένειας και ασθενούς»

Χωροχρόνος:

Μοντέρνο Θέατρο Γιώργου Μεσσάλα, «Αλκυονίς», Ιουλιανού 42-46, 8 Μαΐου 2007

Πρόγραμμα:

16:00-16:30 Προσέλευση-Εγγραφές

16:30-18:00 Χαιρετισμοί

18:00-18:30 Διάλειμμα

18:30-19:00 Εισηγητική Ομιλία

Μαρίνα Οικονόμου-Λαλιώτη, επίκουρος καθηγήτρια Ψυχιατρικής, πρόεδρος του Ελληνικού Κλάδου της Παγκόσμιας Εταιρείας Ψυχοκοινωνικής Αποκατάστασης, επιστημονικά υπεύθυνη του Σ.Ο.Ψ.Υ. και υπεύθυνη του «Προγράμματος κατά του στίγματος των ψυχικών διαταραχών» του Ε.Π.Ι.Ψ.Υ.

19:00-20:30 Πάνελ-συζήτηση

Δρ. Δ. Παπακωστόπουλος, συντονιστής, νευροψυχίατρος-ερευνητής στις νευροεπιστήμες

Δρ. Α. Ασκούνη-Στρούμπου, παιδίατρος, πρόεδρος Π.Ο.Σ.Ο.Ψ.Υ., μέλος Δ.Σ. Ελληνικού Κλάδου της Παγκόσμιας Εταιρείας Ψυχοκοινωνικής Αποκατάστασης

Ν. Νομίδου, πρόεδρος ΣΟΦΨΥ Σερρών, γ. γραμματέας Π.Ο.Σ.Ο.Ψ.Υ.

Α. Πάλλη, ψυχολόγος, ψυχοθεραπεύτρια οικογενειών και επιστημονική συνεργάτης του Ε.Π.Ι.Ψ.Υ., γενική γραμματέας του Ελληνικού Κλάδου της Παγκόσμιας Εταιρείας Ψυχοκοινωνικής Αποκατάστασης

Ν. Βασιλάκη, καθηγήτρια Αγγλικών, εκπρόσωπος Δ.Υ.Ψ.Α.

Α. Καρατζογιάννη, δημοσιογράφος, εκπρόσωπος Δ.Υ.Ψ.Α.

20:30-21:00 Διάλειμμα

21:00-22:30 Θεατρική παράσταση Γ.Μεσσάλα Ν. Γκόγκολ «Το Ημερολόγιο ενός τρελού»

Δραστηριότητες Π.Ο.Σ.Ο.Ψ.Υ.

Θα αναφερθούμε με συντομία σε μερικές πρόσφατες δραστηριότητες που τις θεωρούμε σημαντικές.

- Κατά την Εθνική Ημέρα Εθελοντισμού, 5 του Δεκέμβρη 2006, στο Υπουργείο Υγείας και Κοινωνικής Αλληλεγγύης βραβεύθηκε ο ΣΟΦΨΥ Νομού Σερρών. Το βραβείο παρέλαβε η Πρόεδρος του συλλόγου κα Ελένη-Νίκη Νομίδου από τον Υπουργό Υγείας κ. Δημήτρη Αβραμόπουλο.
- Στις 7 Μαρτίου 2007, η υπογράφουσα είχε συνάντηση στο Κέντρο Ψυχικής Υγείας-Ψ.Ν.Α. Δρομοκαϊτείου με το «Σύλλογο Γονέων-Κηδεμόνων και Φίλων ΑΜΕΑ Συμβουλευτικού Σταθμού Κορυδαλλού-Δρομοκαϊτείου Νοσοκομείου». Πρόκειται για ένα νέο Σύλλογο με μια δραστήρια ομάδα που υποστηρίζεται από επιστημονικό προσωπικό του ανωτέρω Νοσοκομείου. Πρόεδρός του η κα Εμμ. Δημητρακοπούλου-Επισκέπτρια Υγείας. Ο Σύλλογος έχει ανάγκη υποστήριξης.
- Στις 29 Μαρτίου 2007, στα γραφεία του Σ.Ο.Ψ.Υ., πραγματοποιήθηκε ένα 4ωρο εκπαιδευτικό πρόγραμμα για 30 επαγγελματίες του Δικτύου Φορέων Ψυχικής Υγείας της Τοπικής Αυτοδιοίκησης Βορείων Προαστείων, με θέμα «Υπεράσπιση των Δικαιωμάτων των Ατόμων με Ψυχική Νόσο». Σύνδεσμος εκ μέρους του Σ.Ο.Ψ.Υ. με το ανωτέρω Πρόγραμμα είναι ο κ. Σολομών Πάπαρος. Το θέμα διαπραγματεύθηκαν οι Αλεξάνδρα Στρούμπου, Αθηνά Καρατζογιάννη, εκπρόσωπος του ΔΥΨΑ, Γεώργιος Κυπριώτης και Αιμιλία Πανάγου, Ειδική Επιστήμων από το Συνήγορο του Πολίτη.
- Στις 30-31 Μαρτίου 2007, στο Δημαρχείο Ιλίου, πραγματοποιήθηκε διημερίδα, με θέμα «Υγεία και Τοπική Αυτοδιοίκηση – Ψυχική Υγεία», με την πρωτοβουλία και υποστήριξη του Δημάρχου κ. Νίκου Ζενέτου. Στη διημερίδα συμμετείχε με ομιλία η υπογράφουσα εκ μέρους της Π.Ο.Σ.Ο.Ψ.Υ.
- Στα πλαίσια της συνεργασίας μας με το ευρύτερο αναπηρικό κίνημα, στις 14-2-07 κατά την τελετή της κοπής της Πρωτοχρονιάτικης Πίττας της ΠΟΣΓΚΑΜΕΑ απενεμήθη στην Ομοσπονδία μας αναμνηστική πλάκα.
- Θεωρούμε αξιοσημείωτο ότι η ΕΣΑμεΑ έχει παραχωρήσει δύο (2) γραφεία για την Π.Ο.Σ.Ο.Ψ.Υ., στο νέο κτήριο, οδός Ελευθερίου Βενιζέλου 236, στην Κ. Ηλιούπολη.
- Έτσι, η συνεργασία μας είναι πιο στενή και νομίζουμε και η προώθηση των αιτημάτων μας μέσω της ΕΣΑμεΑ πιο αποτελεσματική. Ήδη έχουμε καταθέσει προτάσεις προς την ΕΣΑμεΑ για την επιδοματική πολιτική 2008-2011 και για ασφαλιστικά και συνταξιοδοτικά θέματα, για να προωθηθούν αρμοδίως.

Δρ. Αλεξάνδρα Ασκούνη-Στρούμπου
Παιδίατρος, Πρόεδρος της Π.Ο.Σ.Ο.Ψ.Υ.

Με μεγάλη επιτυχία ολοκληρώθηκαν οι εργασίες της ημερίδας που διοργάνωσε το Εξειδικευμένο Κέντρο Κοινωνικής και Επαγγελματικής Ένταξης ΑΜΕΑ του Ερευνητικού Πανεπιστημιακού Ινστιτούτου Ψυχικής Υγιεινής (Ε.Π.Ι.Ψ.Υ.) στις 14 Φεβρουαρίου στο αμφιθέατρο του Ε.Π.Ι.Ψ.Υ. με θέμα:

**«Ψυχική Ασθένεια και Εργασία:
Από την Κατάρτιση στην Απασχόληση».**

Την ημερίδα χαιρέτησαν ο Διευθυντής του Ε.Π.Ι.Ψ.Υ., Καθηγητής Κ. Ν. Στεφανής, ο Αναπληρωτής Διευθυντής του Ε.Π.Ι.Ψ.Υ., Καθηγητής Α. Ραμπαβίλλας, ο Διευθυντής της Ψυχιατρικής Κλινικής του Αιγινιτείου Νοσοκομείου Καθηγητής Κ. Σολδάτος, καθώς και εκπρόσωποι του Υπουργείου Απασχόλησης και Κοινωνικής Προστασίας, του Υπουργείου Υγείας και Κοινωνικής Αλληλεγγύης και του Οργανισμού Απασχόλησης Εργατικού Δυναμικού (ΟΑΕΔ).

Στην ημερίδα συμμετείχαν ενεργά όχι μόνο επαγγελματίες ψυχικής υγείας, αλλά και εκπρόσωποι Συλλόγων Οικογενειών και χρηστών υπηρεσιών ψυχικής υγείας, καθώς και εκπρόσωποι επιχειρήσεων, που θέλησαν να ενημερωθούν αλλά και να «ανοίξουν τις πόρτες» της εργασίας για τα άτομα που αντιμετωπίζουν προβλήματα ψυχικής υγείας.

Μεταξύ άλλων, τα θέματα που παρουσιάστηκαν και συζητήθηκαν, ήταν: «Η εργασία ως όχημα κοινωνικής ένταξης», από την ψυχίατρο κα Μαρίνα Οικονόμου, υπεύθυνη του Προγράμματος κατά του Στίγματος της Ψυχικής Ασθένειας του Ε.Π.Ι.Ψ.Υ., «Το δημιουργικό αντικείμενο: έκφραση, τέχνη και τεχνική» από τον ψυχίατρο-δραματοθεραπευτή κο Λάμπρο Γιώτη, η προβολή της ταινίας του Στ. Ψυλλήκη «Πολλά μπορούμε να κάνουμε», και το στρογγυλό τραπέζι «Θέλω να τα πω», όπου παρουσιάστηκαν οι απόψεις των εμπλεκόμενων στη διαδικασία κοινωνικοοικονομικής ένταξης (χρήστες υπηρεσιών, οικογένειες, επαγγελματίες ψυχικής υγείας και ψυχοκοινωνικής υποστήριξης, εργοδότες).

Η κα Μ. Οικονόμου ανέφερε χαρακτηριστικά στην ομιλία της ότι «η εργασία εννοείται ως προϋπόθεση



Χ. Σκλήκα - ΟΑΕΔ, Δ. Χονδρός - Υπεύθυνος ΜΥΠ, Ε. Ζερβάκη - Συμρναίου.

για να είναι κάποιος καλός, ως εργαλείο αποκατάστασης και όχημα κοινωνικής ένταξης αλλά πάνω από όλα ως κοινωνικό δικαίωμα το οποίο οι επαγγελματίες ψυχικής υγείας είναι υποχρεωμένοι να εξασφαλίζουν στον πληθυσμό στον οποίο παρέχουν υπηρεσίες». Απαντώντας στο ερώτημα αν τα άτομα με ψυχική ασθένεια μπορούν πράγματι να ενταχθούν στην ανοικτή αγορά εργασίας, η κα Μ. Οικονόμου τόνισε ότι και μπορούν να εργαστούν αλλά και μπορούν να αποδώσουν στη δουλειά τους. «Δυστυχώς», συνέχισε, «εμπόδιο στην επαγγελματική αποκατάσταση των ψυχικά ασθενών στέκονται οι ισχυρές προκαταλήψεις και οι αρνητικές στάσεις του κοινού. Χαρακτηριστικό είναι, άλλωστε, ότι σε πανελλαδική έρευνα του Ε.Π.Ι.Ψ.Υ., περίπου 6 στους 10 Έλληνες πιστεύουν ότι τα άτομα με σχιζοφρένεια, που είναι και η πιο σοβαρή ψυχική ασθένεια, δεν μπορούν να εργαστούν αλλά και δε θα τους έδιναν δουλειά, ενώ 1 στους 2 δε θα ήθελε καν να βρίσκεται στην ίδια δουλειά με κάποιον ψυχικά ασθενή».

Στην παρουσίαση του ο κος Λ. Γιώτης, αναφερόμενος στο δημιουργικό αντικείμενο ως αντικείμενο μετάβασης, τόνισε ότι «το δημιουργικό αντικείμενο μπορεί να θεωρηθεί ως ένα μεταβατικό αντικείμενο από το άτομο στην κοινότητα, από την ασθένεια στην υγεία, από τη μοναχικότητα στη συλλογικότητα, από την αδράνεια στη δημιουργία».

Στο τέλος της ημερίδας πραγματοποιήθηκε απονομή τιμητικών διακρίσεων στους κ.κ.: Ε. Σταθοπούλου (ΑΒ ΒΑΣΙΛΟΠΟΥΛΟΣ Α.Ε.), Α. Χαμαϊλίδη (ΤΡΑΜ Α.Ε.), Μ. Μαθιανάκη (HELLENIC DUTY FREE), Π. Ευμορφίδη και Μ. Λιανού (COCO-MAT), Χ. Σκλήκα (ΟΑΕΔ), Γ. Μελλάτο (KOSMOS-HORIZON), και Δ. Παπαδοπούλου (ΚοΙΣΠΕ Ψυχιατρικού Νοσοκομείου Αττικής), που στηρίζουν έμπρακτα την προσπάθεια εργασιακής ένταξης ατόμων ευάλωτων κοινωνικά ομάδων και μάλιστα ατόμων με προβλήματα ψυχικής υγείας, αποδεικνύοντας την κοινωνική ευαισθησία τους. Το βραβείο που δόθηκε ήταν μια μεταξοτυπία από πίνακα που φιλοτέχνησε η κα. Α. Τσίπα, ένοικος του Ξενώνα του Συλλόγου Οικογενειών για την Ψυχική Υγεία (Σ.Ο.Ψ.Υ.).



Χ. Σκλήκα - ΟΑΕΔ, Γ. Μελλάτος - Kosmos Horizon, Π. Ευμορφίδης - Cocomat, Μ. Οικονόμου, Μ. Μαθιουδάκης - Hellenic Duty Free, Β. Καρύδη.

ΝΕΑ ΠΟΥ ΜΑΣ ΑΦΟΡΟΥΝ

- ⇒ Σε συνάντηση για δημιουργία Ομάδας Ενδιαφέροντος για τους Οικογενειακούς φροντιστές στο Ευρωπαϊκό Κοινοβούλιο συμμετείχε η Ευρωβουλευτής του ΠΑ.ΣΟ.Κ. κ. Ευαγγελία Τζαμπάζη. Η συνάντηση στην οποία συμμετείχε η Ευρωβουλευτής είχε ως στόχο τη διερεύνηση των βέλτιστων τρόπων για τη δημιουργία μιας ομάδας ενδιαφέροντος για τους οικογενειακούς φροντιστές στο Ευρωπαϊκό Κοινοβούλιο.
- ⇒ Σε όλη την Ευρώπη υπάρχουν εκατομμύρια οικογενειακοί φροντιστές. Οι φροντιστές είναι μη επαγγελματίες, οι οποίοι φροντίζουν ασθενείς και άτομα με αναπηρία κατ' οίκον. Ο φροντιστής μπορεί να είναι συγγενής του ασθενούς ή εθελοντής. Συνήθως, οι φροντιστές προσφέρουν βοήθεια ή στήριξη σε συγγενείς ή φίλους, οι οποίοι πάσχουν από μακροχρόνια σωματική ή νοσική ασθένεια ή αναπηρία, ή έχουν προβλήματα λόγω ηλικίας.
- ⇒ Παράλληλα, λαμβάνοντας υπόψη τις δημογραφικές προκλήσεις που αντιμετωπίζουν όλα τα κράτη μέλη, με τη γήρανση του πληθυσμού, την αλληλαγία στη σύνθεση και στο μέγεθος της οικογένειας και τον αυξανόμενο αριθμό γυναικών που εισέρχονται στην αγορά εργασίας, η άμισθη οικογενειακή φροντίδα θα αποτελέσει όλο και μεγαλύτερο τμήμα της ζωής μας.
- ⇒ Πολλές από τις πρωτοβουλίες της Ευρωπαϊκής Ένωσης αναφέρονται στην οικογενειακή φροντίδα: το Ευρωπαϊκό Έτος Ίσων Ευκαιριών για όλους, η στρατηγική απασχόλησης, οι πρωτοβουλίες ίσων ευκαιριών, η μέθοδος ανοικτού συντονισμού στην υγεία και τη μακροχρόνια φροντίδα, το νέο Κοινοτικό πρόγραμμα για την απασχόληση και την κοινωνική αλληλεγγύη PROGRESS, καθώς και πρωτοβουλίες που στοχεύουν στη βελτίωση της ανταλλαγής εμπειριών και βέλτιστων πρακτικών για την υποστήριξη των κρατών μελών στις προσπάθειές τους για μεταρρύθμιση.
- ⇒ Στο πλαίσιο αυτό, το Ευρωπαϊκό Κοινοβούλιο, μπορεί να διαδραματίσει ενεργό ρόλο προκειμένου να εξασφαλίσει ότι τα ενδιαφέροντα των οικογενειακών φροντιστών θα λαμβάνονται προσεκτικά υπόψη κατά την ανάπτυξη πολιτικών και στρατηγικών.
- ⇒ Η πρωτοβουλία συνδιοργανώθηκε από την Ιρλανδή Ευρωβουλευτή κ. Kathy Sinnott και την ευρωπαϊκή οργάνωση Eurocarers, η οποία εκπροσωπεί και αναδεικνύει τα ενδιαφέροντα των οικογενειακών φροντιστών. Στη συνάντηση συζητήθηκαν κυρίως το πρόγραμμα και οι δραστηριότητες της ομάδας καθώς επίσης και η δομή και η διοίκησή της.
- ⇒ Η κ. Τζαμπάζη αναγνωρίζοντας τη συμβολή της άμισθης φροντίδας σε όλα τα επίπεδα, τόνισε: *"Δεδομένου ότι οι οικογενειακοί φροντιστές ασχολούνται με σοβαρά ζητήματα και υπό δύσκολες συνθήκες, είναι επιτακτική ανάγκη να χρήζουν ιδιαίτερης προσοχής από την πλευρά των εθνικών και περιφερειακών αρχών, οι οποίες θα πρέπει να τους συνδράμουν στο έργο τους. Ελαστικό ωράριο εργασίας, οικονομική υποστήριξη είναι μερικά από τα μέτρα που θα μπορούσαν να συμβάλουν ώστε οι οικογενειακοί φροντιστές να είναι σε θέση να ασκούν απρόσκοπτα και αποτελεσματικά τα καθήκοντά τους."*

Ανακοίνωση

- Κείμενα τα οποία μας έχουν αποσταλεί και δεν έχουν δημοσιευθεί, θα χρησιμοποιηθούν σε επόμενα τεύχη.
- Παρακαλούμε τα κείμενά σας να αποστέλλονται έγκαιρα και εφόσον είναι δυνατό σε ηλεκτρονική μορφή ή δακτυλογραφημένα.
- Για το επόμενο τεύχος θα πρέπει τα άρθρα σας να μας έχουν σταλεί μέχρι τις 15 Ιουνίου.

Ψηφίστηκε το μίνι – ασφαλιστικό νομοσχέδιο

Ψηφίστηκε τελικά στις 6 Δεκεμβρίου το μίνι-ασφαλιστικό νομοσχέδιο κατά τη συζήτηση στη Βουλή. Μετά τις πιέσεις της Ε.Σ.Α.μεΑ κατά την περίοδο κατάρτισης του νομοσχεδίου και την κατάθεση αιτημάτων της στο Υπουργείο Απασχόλησης και Κοινωνικής Προστασίας, συμπεριλήφθηκαν οι ακόλουθες διατάξεις :

1. Προσαύξηση της σύνταξης των τυφλών συνταξιούχων από φορείς και κλάδους επικουρικής ασφάλισης, αρμοδιότητας του Υπουργείου Απασχόλησης και Κοινωνικής Προστασίας, σύμφωνα με τις διατάξεις της παρ. 3 του άρ. 42 του Ν. 1140/1981, όπως ισχύουν (άρθρο 58)
2. Δεν καταβάλλεται συμμετοχή για τα φάρμακα που απαιτούνται στις χρόνιες παθήσεις: Δρεπανοκυτταρική και Μικρο - Δρεπανοκυτταρική Αναιμία, Αγγειοπάθεια Burger, Άνοια και νόσος Alzheimer και Charcof, Σύνδρομο Βραχέος Εντέρου, Χρόνια Ηπατίτιδα Β και Γ, νόσος Wilson, Γλυκονίαση, νόσος Gaucher.
3. Το ποσό της προσαύξησης του επιδόματος απολύτου αναπηρίας που χορηγείται από ΙΚΑ – ΕΤΑΜ στους συνταξιούχους της παρ. 3 του αρ. 41 Ν. 1140/81 (τυφλούς συνταξιούχους) ισούται με το 50% της καταβαλλόμενης σύνταξης, μη συμπεριλαμβανομένων των οικογενειακών επιδομάτων και των επιδομάτων τέκνων.
4. Από την περίπτωση β της παρ. 2 του αρ.5 του Ν. 3232/04 αφαιρείται ο όρος «που δεν επιδέχεται εφαρμογής τεχνητού μέλους»
5. Στην περίπτωση ε της παρ.2 του αρ. 5 του Ν. 3232/04 αφαιρείται ο όρος «πλήρης»
6. Οι διατάξεις του πα. 1 του Ν. 612/1977 εφαρμόζονται και στις ακόλουθες αναπηρίες: Σκλήρυνση κατά πλάκας που επιφέρει παραπληγία – τετραπληγία, υποβληθέντες σε μεταμόσχευση μυελού των οστών που βρίσκονται σε συνεχή ανοσοκαταστολή, σε άτομα με κινητική αναπηρία που έχουν ακρωτηριασμό κατά τα δύο άνω ή τα δύο κάτω άκρα, ή κατά το ένα άνω και ένα κάτω άκρο, εφόσον έχουν ποσοστό αναπηρίας 67% και άνω.
7. Τα επίδομα απολύτου αναπηρίας όπως ορίζει ο Ν. 1140, παρ. 1,2 του αρ. 42 επεκτείνεται σε όσους πάσχουν: από σύνδρομο κλάματος γαλής, ατελή οστεογένεση με ποσοστό αναπηρίας 80% και άνω, οστεοψαθύρωση με ποσοστό αναπηρίας 80% και άνω.
8. Θεμελιώνεται δικαίωμα σύνταξης για τις μύτερες παιδιών με αναπηρία με ποσοστό αναπηρίας 67% και άνω (αντί 80% και άνω που ίσχυε με το Ν. 3232/04)
9. Όσοι προσελήφθησαν με το Ν. 1648/86 σε ΔΕΚΟ που η μετοχική του σύνθεση μεταβλήθηκε και οι μετοχές περιήλθαν σε ιδιώτες και η επιχείρηση μετακινήθηκε της αρχικής άνω των 20 χιλιομέτρων, μπορούν να μεταταγούν σε υπηρεσίες του δημοσίου που υπάγονται οι εν λόγω ΔΕΚΟ ή σε ΟΤΑ Α΄ και Β΄ βαθμού του δημοσίου τομέα, κατόπιν αιτήσεώς τους.

ΕΠΙΔΟΜΑ ΑΠΟΛΥΤΟΥ ΑΝΑΠΗΡΙΑΣ

Το ΙΚΑ-ΕΤΑΜ ανακοίνωσε ότι από εδώ και στο εξής **το επίδομα απόλυτης αναπηρίας θα καθορίζεται βάσει του ποσού της σύνταξης (καταβαλλόμενο) και όχι βάσει της αρχικής σύνταξης από την διακοπή της εργασίας**. Οι δικαιούχοι θα λάβουν ταχυδρομικά μια αίτηση την οποία θα πρέπει να την υπογράψουν και να την καταθέσουν στο υποκατάστημα του ΙΚΑ που είναι αρμόδιο για την πληρωμή της σύνταξής τους.

Τα αναδρομικά θα καταβληθούν στις 22/5/07 μαζί με τη σύνταξη του Ιουνίου.

«Αγωγή Υγείας στους Εφήβους» «Ψυχική νόσος και Οικογένεια»

Από την ενέργεια που απελευθερώνεται στην αρχή της Εφηβείας, από την ψυχολογική ανάγκη για ανεξαρτητοποίηση και από τις προσδοκίες για κοινωνική επιτυχία, ο έφηβος υφίσταται τρομακτική πίεση προσπαθώντας να βρει το δρόμο του σ' αυτό το νέο κόσμο.

Πολλές φορές είναι δύσκολο για τους γονείς να τα βγάλουν πέρα με το στάδιο της εφηβείας. **Γονείς και έφηβοι πρέπει να κάνουν υπομονή, να συνεχίσουν να μιλούν και να αγαπιούνται.**

Σ' αυτή την περίοδο της τρομακτικής αλλαγής ο καθένας παρουσιάζεται αλλιώτικος και θα πρέπει να αρχίσουν να γνωρίζονται από την αρχή. **Η αντιμετώπιση αυτής της κατάστασης με περισσότερη αγάπη παρά φόβο συχνά εξασφαλίζει την επιτυχία.**

μαντικό ποσοστό που ολοένα μεγαλώνει.

Και στις δύσκολες αυτές περιπτώσεις είναι σημαντικός ο ρόλος της οικογένειας για τη βοήθεια του εφήβου. Στους κόλπους της θα βρει ο έφηβος καταφύγιο για να καταπολεμήσει τους εσωτερικούς εχθρούς του.

Οι γονείς θα πρέπει να εξακολουθήσουν να περιβάλλουν τον έφηβο με αγάπη, φροντίζοντας παράλληλα να αποκτήσουν γνώση για το τι ακριβώς συμβαίνει και πώς θα γίνουν ενεργητικοί εταίροι στη θεραπευτική διαδικασία.

Οι καταστάσεις αυτές αποτελούν ένα από τα πιο στρεσογόνα γεγονότα που μπορούν να συμβούν σε μια οικογένεια, η πίεση δε που ασκούν στην οικογένεια μπορεί να είναι μεγαλύτερη και από αυτή του καρκίνου. Η οικογένεια βιώνει ποικίλα και



Όταν οι γονείς κρατούν μια ισορροπημένη στάση απέναντι σ' αυτό το θαυμάσιο, συναρπαστικό ταξίδι που κάποτε φοβίζει, αυξάνουν τις ελπίδες να καθοδηγήσουν με επιτυχία τους εφήβους.

Δυστυχώς, μερικές φορές οι έφηβοι έρχονται αντιμετώπιση με πιο δύσκολες καταστάσεις, όπως είναι ο εθισμός σε ουσίες ή η ψυχική νόσος, σε ένα ση-

έντονα συναισθήματα καταστροφής και απελπισίας. Αισθάνεται αβοήθητη, στο σκοτάδι της άγνοιας, του φόβου, των προκαταλήψεων, των διακρίσεων και του στίγματος που συνοδεύουν δυστυχώς ό,τι έχει σχέση με την ψυχική υγεία του ανθρώπου.

Εδώ έρχεται ο ρόλος των επαγγελματιών να βοη-

θήσουν τις οικογένειες να απεγκλιωβιστούν και να απελευθερωθούν από τις βαθιά ριζωμένες προκαταλήψεις, ώστε να μπορέσουν να βοηθήσουν αποτελεσματικά το παιδί τους.

Για το λόγο αυτό είναι στα καθήκοντα των παιδιάτρων, των γενικών γιατρών, των ειδικών της ψυχικής υγείας που έχουν αναλάβει τη φροντίδα του εφήβου να προσπαθήσουν να δώσουν ενεργητικό ρόλο στην οικογένεια και να την κάνουν εταίρο στην προσπάθειά τους για βοήθεια του εφήβου που υποφέρει.

Θα πρέπει δε να στηρίζουν την προσπάθειά τους στην αξιοποίηση των ατομικών, οικογενειακών και κοινοτικών αποθεμάτων που υπάρχουν και να μεταδίδουν εμπιστοσύνη στις οικογένειες για τις ικανότητες που έχουν και όχι να τονίζουν τις όποιες αδυναμίες της.

Οι στόχοι τους θα πρέπει να είναι:

- Η πληροφόρηση σχετικά με τη φύση του προβλήματος, τα συμπτώματα, τη θεραπεία συμπεριλαμβανομένης και της φαρμακευτικής.
- Η ελάττωση των συναισθημάτων ενοχής ή αλληλοκατηγοριών για τα αίτια που προκάλεσαν το πρόβλημα.
- Η ενθάρρυνση ρεαλιστικών προσδοκιών
- Πρακτικές συμβουλές για το χειρισμό καταστάσεων στα πλαίσια της οικογένειας.
- Η αναγνώριση και ο σεβασμός της οικογένειας για τις ικανότητες που έχει.
- Θα πρέπει επίσης να δίδονται πληροφορίες σχετικά με τις υπηρεσίες που υπάρχουν.

Η εμπλοκή, άλλωστε, της οικογένειας έχει δείξει ότι αποτελεί σοβαρό συμπλήρωμα της θεραπευτικής διαδικασίας και αποτελεί σημαντικό εταίρο για τους επαγγελματίες ψυχικής υγείας και σημαντικό παράγοντα ενεργητικής υποστήριξης του εφήβου.

Αξιόλογη βοήθεια στις οικογένειες που αντιμετωπίζουν τέτοια προβλήματα παρέχεται σε ομάδες γονέων όπου οι γονείς παίρνουν πληροφορίες, υποστήριξη, ενδυνάμωση και μαθαίνουν τρόπους χειρισμού και επικοινωνίας.

Όσον αφορά την ψυχική Υγεία είναι σημαντικός ο ρόλος των Σύλλογων Οικογενειών – Σ.Ο.Ψ.Υ. στην ανάπτυξη προγραμμάτων ψυχοεκπαίδευσης και υποστήριξης οικογενειών.

Τέτοιοι Σύλλογοι λειτουργούν στην Αθήνα-Σ.Ο.Ψ.Υ. στην οδό Δήλου 3 στο Βύρωνα τηλ./ Fax 210 7640 277 αθήνα και σε άλλες πόλεις.

Ο Σύλλογος αυτοί από το 2002 έχουν συστήσει την «Πανελλήνια Ομοσπονδία Συλλόγων Οικογενειών για την Ψυχική Υγεία» Π.Ο.Σ.Ο.Ψ.Υ. που αγωνίζεται για να ικανοποιηθούν και στη χώρα μας τα δικαιώματα των ατόμων που υποφέρουν από ψυχική νόσο, να εφαρμοστούν στην πράξη οι διακηρύξεις της διεθνούς κοινότητας και γενικότερα να προαχθεί η ψυχική υγεία στη χώρα μας.

Δρ. Αλεξάνδρα Ασκούνη - Στρούμπου
Παιδίατρος – Πρόεδρος της Π.Ο.Σ.Ο.Ψ.Υ.
Μέλος του ΔΣ Της Ελληνικής Εταιρείας
Εφηβικής Ιατρικής

Η ομιλία έγινε στο «32^ο Πανελλήνιο Ιατρικό Συνέδριο» 9-13 Μαΐου 2006 στο Μέγαρο Μουσικής Αθηνών στα πλαίσια Διαιτηρικής Συνεδρίας της «Ελληνικής Εταιρείας Εφηβικής Ιατρικής».

[Ευχαριστήριο]

Το Γενικό Συμβούλιο της Π.Ο.Σ.Ο.Ψ.Υ. ευχαριστεί θερμά τους

- Καθηγητή Παιδιατρικής της Ελληνικής Εφηβικής Ιατρικής κ. Ν. Μαραγκό για την ευγενική του προσφορά ευρώ 150 υπέρ της Π.Ο.Σ.Ο.Ψ.Υ.
- κ.κ. Κωνσταντίνο και Ελένη Ψαρά για την ευγενική τους προσφορά ευρώ 50 στη μνήμη των γονέων τους υπέρ της Π.Ο.Σ.Ο.Ψ.Υ.
- κ. Αθ. Στρούμπου Παδίατρο για την ευγενική της προσφορά ευρώ 300 εις μνήμην προσφιλών της.

Αρ. Λογαριασμού Π.Ο.Σ.Ο.Ψ.Υ. Alpha 400 Ταμιευτήριο 216-0021011-024897



Μήπως η **ζωή** σου είναι συνέχεια **φρένο - γκάζι;**

Κάποιες φορές, η ζωή σου φαίνεται ένας δρόμος χωρίς όρια, και ξεχύνεσαι με τέρμα τα γκάζια. Κι ύστερα, πάτη, χιλιάδες μπάρες σου κόβουν την πορεία - κι όλη γύρω σου αδιέξοδα, ένα γκριζό κενό... Αν αυτή την εναλλαγή τη νοιώθεις συχνά και σε ταλαιπωρεί, μην ψάχνεις την αιτία μόνο στο χαρακτήρα σου.

Μπορεί να έχεις **διπολική διαταραχή.**

*Ζήτησε τη βοήθεια των ειδικών.
Αντιμετώπισέ την.*



«Πρόγραμμα κατά του Στίγματος
της Ψυχικής Ασθένειας»



ΕΡΕΥΝΗΤΙΚΟ ΠΑΝΕΠΙΣΤΗΜΙΑΚΟ ΙΝΣΤΙΤΟΥΤΟ ΨΥΧΙΚΗΣ ΥΓΙΕΙΝΗΣ

www.epipsi.gr

stigma@epipsi.gr

ΓΡΑΜΜΗ ΕΠΙΚΟΙΝΩΝΙΑΣ: **210 6170824**

Η διπολική διαταραχή είναι μια σοβαρή ψυχική διαταραχή, καθόλου σπάνια, αφού σε κάποια από τις πολλές της μορφές εμφανίζεται στο 3 έως το 6% του ενήλικου πληθυσμού. Το Πρόγραμμα κατά του Στίγματος της Ψυχικής Ασθένειας του ΕΠΙΨΥ έχει σχεδιάσει ενημερωτική εκστρατεία για τη διπολική διαταραχή, που περιλαμβάνει, μεταξύ άλλων, τηλεοπτικό και ραδιοφωνικό **σποτ**, έντυπη **καταχώρηση**, λειτουργία **γραμμής επικοινωνίας** με το κοινό και την έκδοση του **βιβλίου - comics «Όλα ή Τίποτα»**, το οποίο μπορεί να χρησιμοποιηθεί ως οδηγός αυτοβοήθειας για τα άτομα με διπολική διαταραχή.

Το **«Όλα ή Τίποτα»** είναι το δεύτερο σε σειρά βιβλίο-comics που εκδίδεται από το Ε.Π.Ι.Ψ.Υ., μετά το **«Το τσιπάκι του μυαλού και τα μυστικά του»** που αφορούσε τη σχιζοφρένεια και εκδόθηκε το 2005. Το **«Όλα ή Τίποτα»** εκδόθηκε για πρώτη φορά στο Βέλγιο και έχει γραφτεί και σχεδιαστεί ειδικά για άτομα με διπολική διαταραχή. Η μετάφραση του βιβλίου έγινε από την ψυχολόγο κυρία **Χριστίνα Γραμανδάνη**, συντονίστρια του Προγράμματος κατά του Στίγματος της Ψυχικής Ασθένειας, ενώ την επιστημονική επιμέλεια είχε η ψυχίατρος και επιστημονικά υπεύθυνη του Προγράμματος κατά του Στίγματος της Ψυχικής Ασθένειας του ΕΠΙΨΥ κυρία **Μαρίνα Οικονόμου**.

Το **«Όλα ή Τίποτα»** ότι είναι ένα βιβλίο που, μέσα από την εκφραστική και αισθητική δύναμη των comics, εικονογραφεί την πραγματικότητα της διπολικής διαταραχής δίνοντας παράλληλα υπεύθυνη ενημέρωση για την αντιμετώπισή της. Η διπολική διαταραχή είναι μία σοβαρή ψυχική ασθένεια με βασικό χαρακτηριστικό της τη διακύμανση της συναισθηματικής διάθεσης ανάμεσα σε δύο "πόλους" (άκρα). Υπάρχουν στιγμές που οι ασθενείς νιώθουν πως ό,τι παράτολμο και αν προσπαθήσουν, θα το πετύχουν. Άλλες φορές πάλι, βυθίζονται σε μία μαύρη τρύπα από την οποία νιώθουν ότι δε θα βγουν ποτέ. Το συναισθηματικό «ανεβοκατέβασμα» της διπολικής διαταραχής μπορεί να παραλληλισθεί με ένα διαρκές 'γκάζ-φρένο'. Μέσα από την ιστορία της Ανδριάνας, της ηρωίδας του βιβλίου, ο αναγνώστης έχει τη δυνατότητα να κατανοήσει την απόγνωση της κατάθλιψης και την υπερβολή της μανίας που εμπεριέχονται στη διπολική διαταραχή, αλλά και να πάρει χρήσιμες πληροφορίες για την εισβολή της ασθένειας, τα συμπτώματά της, τη διάγνωση, την πορεία της, τη θεραπευτική αντιμετώπιση και το ρόλο των φαρμάκων. Με την καθοδήγηση του ειδικού, το βιβλίο - comics **«Όλα ή Τίποτα»**, μπορεί να λειτουργήσει «παιδευτικά» καθώς αποτελεί ένα χρήσιμο και πρακτικό οδηγό αυτοβοήθειας για άτομα με διπολική διαταραχή, αλλά και ένα ενημερωτικό εγχειρίδιο για τις οικογένειές τους. Μπορεί, επίσης, να λειτουργήσει ως μέσο ευαισθητοποίησης και ενημέρωσης του κοινού, αλλά και να αποτελέσει αξιόλογη πηγή αναφοράς για εφημερίδες, περιοδικά και γενικότερα τα Μ.Μ.Ε.

Στην ενημερωτική προσπάθεια του ΕΠΙΨΥ για τις ψυχικές διαταραχές συντάσσονται προσωπικότητες που ο λόγος τους έχει απήχηση στο κοινό, όπως ο **Λάκης Λαζόπουλος**, γνωστός για την ευαισθησία του απέναντι σε κοινωνικά ζητήματα και την ενεργό συμμετοχή του σε προγράμματα ευαισθητοποίησης της κοινής γνώμης.

Αποσπάσματα από την επιστημονική εκδήλωση

«Διπολική διαταραχή: προκλήσεις στην καθημερινή πράξη» ήταν ο τίτλος της ομιλίας του Αν. Καθηγητή **Γ. Παπαδημητρίου**, ο οποίος ανάμεσα σε άλλα είπε «Η πολυμορφία της κλινικής έκφρασης της δι-

πολικής διαταραχής και το υψηλό ποσοστό συννοσηρότητας με άλλες ψυχιατρικές διαταραχές και χρήση ουσιών οδηγούν συχνά σε λανθασμένη διάγνωση. Η έγκαιρη αναγνώριση της συμπτωματολογίας και η πρώιμη θεραπευτική παρέμβαση, κυρίως στα άτομα υψηλού κινδύνου, έχουν ως αποτέλεσμα τη μείωση των υποτροπών και την επανεμφάνιση της νόσου, καθώς και την εκδήλωση αυτοκαταστροφικής συμπεριφοράς, που είναι ιδιαίτερα συχνή. Η ενημέρωση του γιατρού στις σύγχρονες φαρμακευτικές και μη φαρμακευτικές θεραπευτικές παρεμβάσεις, καθώς και η προσαρμογή της θεραπείας σε κάθε ασθενή ξεχωριστά, βοηθούν στην καλύτερη συμμόρφωση των ασθενών και στη βελτίωση της ποιότητας ζωής τους τόσο στην αντιμετώπιση της οξείας φάσης, και κατά τη διάρκεια της συνέχισης και συντήρησης της θεραπείας».

Ο Επ. Καθηγητής **Η. Αγγελόπουλος** μίλησε για τη φαρμακευτική αντιμετώπιση της νόσου και τόνισε ότι : «Οι στόχοι της φαρμακοθεραπείας είναι όχι μόνο η ύφεση των συμπτωμάτων και η ανάκαμψη της ψυχοκοινωνικής λειτουργικότητας του ατόμου, αλλά και η πρόληψη συμπτωμάτων, υποτροπών και επανεμφάνισης νέων επεισοδίων της διαταραχής. Είπε επίσης, ότι η θεραπεία της διπολικής διαταραχής περιλαμβάνει: τη θεραπεία της διπολικής κατάθλιψης, τη θεραπεία της μανίας και τη θεραπεία συντήρησης και την προφύλαξη από μελλοντικά επεισόδια (σταθεροποίηση του συναισθήματος). Κατά τη θεραπεία της διπολικής κατάθλιψης θα πρέπει να λαμβάνεται υπόψη ο κίνδυνος πυροδότησης μανιακής συμπτωματολογίας ως αποτέλεσμα χρήσης αντικαταθλιπτικών φαρμάκων. Έτσι η αποφυγή τρικυκλικών αντικαταθλιπτικών, η προτίμηση ενός αντικαταθλιπτικού νέας γενιάς π.χ. ενός εκλεκτικού αναστολέα επαναπρόσληψης της σεροτονίνης και η συγχρόνησή του με σταθεροποιητικό του συναισθήματος φαίνεται να μειώνει τον κίνδυνο αυτό. Σήμερα περισσότερο από κάθε άλλη φορά στα 50 και πλέον χρόνια από την πρωτοεμφάνιση δραστικών κατά της νόσου φαρμάκων, διαθέτουμε τόσο αποτελεσματικά φάρμακα, όσο και άριστες μελέτες αποτελεσματικότητας αυτών σε κάθε υποκατηγορία της διαταραχής. Η αξιοποίηση αυτών των δεδομένων συνεισφέρει σημαντικά στην επιλογή και εξατομίκευση θεραπευτικών στρατηγικών για τον έλεγχο της νόσου, την πρόληψη των υποτροπών και την αποκατάσταση της κοινωνικής λειτουργικότητας των ασθενών.»

Κατά την επιστημονική εκδήλωση η κα **Μ. Οικονόμου** μίλησε για τη σημασία των ψυχοθεραπευτικών - ψυχοκοινωνικών παρεμβάσεων στην ολοκληρωμένη αντιμετώπιση της διπολικής διαταραχής. Από αυτές, οι ψυχοεκπαιδευτικές παρεμβάσεις μέσα από ποικίλους μηχανισμούς φαίνεται να παίζουν σημαντικό ρόλο στην κατανόηση της νόσου, στη μείωση της έντασης και του άγχους, στην προσαρμογή σε έναν υγιεινό τρόπο ζωής, στη βελτίωση της διαπροσωπικής και κοινωνικής λειτουργικότητας. Γενικά η Ψυχοεκπαίδευση αποτελεί ένα κομβικό σημείο όλων των τεκμηριωμένων θεραπειών της διπολικής διαταραχής και σε συνδυασμό πάντα με τη φαρμακευτική θεραπεία, που συνιστά και τη βασική θεραπεία για τη διπολική διαταραχή, δραματίζει ένα πολύ σημαντικό ρόλο στη στρατηγική της όλης θεραπευτικής προσπάθειας όχι μόνο για την πρόληψη των υποτροπών αλλά και για τη γενικότερη ποιότητα ζωής του αρρώστου και της οικογένειάς του.

Σημείωση: Το βιβλίο comics «Όλα ή τίποτα» διατίθεται από τον ΣΟΨΥ Δευτέρα & Τετάρτη 17:00-20:00 και Τρίτη, Πέμπτη & Παρασκευή 11:00-13:00.

Θα θέλαμε να υπενθυμίσουμε και να παρακαλέσουμε όλα τα μέλη μας να φροντίζουν για την πληρωμή της συνδρομής τους την οποία ο Σύλλογος έχει ανάγκη όχι μόνο για οικονομικούς λόγους, αλλά και για να αποδεικνύει τον αριθμό των ενεργών μελών του.

ΕΤΗΣΙΑ ΣΥΝΔΡΟΜΗ:

Ευρώ 30 για το πρώτο μέλος του Συλλόγου από κάθε οικογένεια.

Ευρώ 5 για το δεύτερο ή τρίτο μέλος από κάθε οικογένεια

Αρ. Λογαριασμού: ΕΤΕ 082/480 250 -02

Παρακαλούμε πολύ να αναφέρετε πάντα το όνομα σας στη τράπεζα όταν καταθέτετε την ετήσια συνδρομή σας ή κάποια δωρεά προς το Σ.Ο.Ψ.Υ.. Ήδη υπάρχουν καταθέσεις στις κάτωθι ημερομηνίες που δεν γνωρίζουμε το όνομα του καταθέτη:

30-11-06 ⇒ 50 ευρώ, 1 - 2- 07 ⇒ 40 ευρώ, 21-2-07 ⇒ 20 ευρώ

ΕΔΡΑ Σ.Ο.Ψ.Υ.:

ΔΗΛΟΥ 3, ΒΥΡΩΝΑΣ 162 31
ΤΗΛ./ΦΑΞ: 210-7640277
e-mail: sopsi@ath.forthnet.gr
www.eufomi.org
www.iatronet.gr/minimata/minimata.html

ΞΕΝΩΝΑΣ Σ.Ο.Ψ.Υ.:

ΝΕΑΠΟΛΕΩΣ 9-11, ΒΥΡΩΝΑΣ 162 32
ΤΗΛ./ΦΑΞ: 210- 7649670
e-mail: xsopsi@otenet.gr

ΚΕΝΤΡΟ ΗΜΕΡΑΣ Σ.Ο.Ψ.Υ.:

ΝΕΑΠΟΛΕΩΣ 9-11, ΒΥΡΩΝΑΣ 162 32
ΤΗΛ./ΦΑΞ: 210- 7663007
e-mail: xsopsi@otenet.gr

Τα «μηνύματα» εκδίδονται με την ευγενική χορηγία της
ΦΑΡΜΑΣΕΡΒ ΛΙΛΛΥ Α.Ε.Β.Ε.

